

**HUBUNGAN ANTARA PENGETAHUAN IBU TENTANG GIZI SEIMBANG
DAN ASUPAN ZAT GIZI MAKRO PADA ANAK USIA 2-5 TAHUN
DI POSYANDU GONILAN KARTASURA**

SKRIPSI



Diajukan oleh:

**Alfiana Kusuma Rahmawati
J500120037**

**FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
2016**

SKRIPSI

HUBUNGAN ANTARA PENGETAHUAN IBU TENTANG GIZI SEIMBANG DAN ASUPAN ZAT GIZI MAKRO PADA ANAK USIA 2-5 TAHUN DI POSYANDU GONILAN KARTASURA

Yang Diajukan Oleh:
Alfiana Kusuma Rahmawati
J500120037

Telah disetujui dan dipertahankan di hadapan dewan penguji skripsi Fakultas
Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Pada hari Selasa, 2 Februari 2016

Penguji

Nama : dr. Sri Wahyu Basuki, M.Kes

NIP/NIK : 1093

Pembimbing Utama

Nama : dr. M. Shoim Dasuki, M.Kes

NIP/NIK : 676

Pembimbing Pendamping

Nama : dr. Anika Candrasari, M.Kes

NIP/NIK : 1237

Dekan



DR. dr. EM. Sutrisna, M.Kes
NIP/NIK. 919

PERNYATAAN

“Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar sarjana di suatu Perguruan Tinggi, sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali dalam naskah ini dan disebutkan dalam pustaka”.


“Cukuplah Allah menjadi Penolong kami dan Dia adalah sebaik-baik pelindung”

(Q.S. Ali Imran : 173)

“Hai orang-orang yang beriman, jadikanlah sabar dan shalatmu sebagai penolongmu, sesungguhnya Allah beserta orang-orang yang sabar”

(Q.S. Al-Baqarah : 153)

Surakarta, 2 Februari 2016



Alfiana Kusuma Rahmawati

J500120037

MOTTO

“Karena sesungguhnya kesulitan itu ada kemudahan, maka apabila kamu telah selesai (dari suatu urusan), kerjakanlah dengan sungguh-sungguh (urusan) yang lain, dan hanya kepada Tuhanmu lah kamu berharap”

(Q.S. Al-Insyirah : 6-8)

“Cukuplah Allah menjadi Penolong kamu dan Dia adalah sebaik-baik pelindung”

(Q.S. Ali Imran : 173)

“Hai orang-orang yang beriman, jadikanlah sabar dan sholatmu sebagai penolongmu, sesungguhnya Allah beserta orang-orang yang sabar”

(Q.S. Al-Baqarah : 153)

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Wr.Wb.

Alhamdulillah, puji syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT yang telah memberikan rahmat, nikmat, karunia dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan Antara Pengetahuan Ibu dan Asupan Zat Gizi Makro pada Anak Usia 2-5 Tahun di Posyandu Gonilan Kartasura”. Penulisan skripsi ini bertujuan untuk memenuhi persyaratan guna memperoleh gelar sarjana di Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Keberhasilan penyelesaian skripsi ini tidak terlepas dari doa, dukungan, semangat, bantuan dan dorongan dari berbagai pihak, maka pada kesempatan ini, penulis ingin menyampaikan rasa terimakasih sepenuh hati kepada :

1. Allah SWT yang telah memberi kekuatan, petunjuk dan segala rahmat-Nya.
2. DR. dr. EM. Sutrisna, M.Kes, selaku Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta.
3. dr. Sri Wahyu Basuki, M.Kes, selaku Penguji Utama yang telah memberikan kritik, saran, nasehat yang membangun untuk perbaikan penulisan skripsi ini.
4. dr. M. Shoim Dasuki, M.Kes, selaku Pembimbing Utama dan Kepala Biro Skripsi yang telah meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan, saran dan motivasi bagi penulis selama penyusunan skripsi.
5. dr. Anika Candrasari, M.Kes., selaku Pembimbing Pendamping yang telah meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan, saran dan motivasi bagi penulis selama penyusunan skripsi.
6. Bapak dan Ibu tersayang (drs. Suseno Sugondo, M.M. dan Siti Rohmatun, S.Pd.S.Pd.I) yang senantiasa memberikan motivasi, kasih sayang dan perhatian yang tiada henti serta doa yang selalu dipanjatkan kepada Allah SWT sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.

7. Adik tersayang, Faizqintha Bima Nugraha yang selalu memberi dukungan dan semangat kepada penulis.
8. Bulik Windadari Murni Hartini yang telah memberi bantuan dan dukungan bagi penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
9. Seluruh keluarga besar penulis yang selalu memberi motivasi dan dukungan kepada penulis.
10. Ketua Posyandu Gonilan beserta segenap kader Posyandu Gonilan yang telah memberikan izin dan membantu pelaksanaan penelitian.
11. Seluruh staf dan karyawan Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta.
12. Teman dan sahabat, Rizki Arif Setiawan yang selalu memberi dukungan dan semangat kepada penulis.
13. Teman-teman satu bimbingan Miss Iman Chapakia, Rismiati, Mira Candra Kurniawati yang telah memberi bantuan, semangat dan dukungan dalam menyelesaikan skripsi ini.
14. Miftahurrohman Labibah, Pramudita Widiastuti, Lynda Ayu Prantika yang telah memberi bantuan dan semangat dalam menyelesaikan skripsi ini.
15. Teman-teman seperjuangan angkatan 2012 Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta.
16. Semua pihak yang telah membantu namun tidak dapat disebut satu-persatu.

Semoga Allah SWT melimpahkan rahmat-Nya kepada kita dan memberikan balasan terbaik atas budi baik yang telah diberikan. Penulis berharap semoga skripsi ini dapat memberi manfaat bagi semua pihak.

Wassalamu'alaikum Wr.Wb.

Surakarta, 2 Februari 2016

Alfiana Kusuma Rahmawati

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
HALAMAN PERNYATAAN	iii
MOTTO	iv
KATA PENGANTAR	v
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR LAMPIRAN	x
ABSTRAK	xi
<i>ABSTRACT</i>	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian	4
D. Manfaat Penelitian	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	6
A. Pengetahuan	6
1. Pengertian.....	6
2. Tingkat Pengetahuan.....	6
3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan.....	8
4. Pengukuran Pengetahuan	11
5. Pengetahuan Gizi Seimbang	12
B. Gizi Seimbang	12
1. Pengertian	12
2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Asupan Zat Gizi.....	13
3. Pola Gizi Seimbang.....	15
4. Gizi Seimbang bagi Balita	16
5. Kebutuhan Gizi Anak Balita	18
C. Zat Gizi Makro	21

	D. Pengukuran Asupan Makanan	31
	E. Hubungan Antara Pengetahuan Ibu dengan Asupan Zat Gizi	34
	F. Kerangka Konsep Penelitian	36
	G. Hipotesis	37
BAB III	METODE PENELITIAN	38
	A. Desain Penelitian	38
	B. Tempat dan Waktu Penelitian	38
	C. Populasi Penelitian	38
	D. Sample dan Teknik Sampling	38
	E. Estimasi Besar Sampel	39
	F. Kriteria Restriksi	40
	G. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional	40
	H. Instrumentasi	41
	I. Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen	42
	J. Jenis dan Metode Pengumpulan Data	42
	K. Rencana Analisis Data	43
	L. Jalannya Penelitian	45
	M. Jadwal Penelitian	46
BAB IV	HASIL DAN PEMBAHASAN	47
	A. Hasil Penelitian	47
	B. Pembahasan	53
	C. Keterbatasan Penelitian	60
BAB V	KESIMPULAN DAN SARAN	61
	A. Kesimpulan	61
	B. Saran	61
	DAFTAR PUSTAKA	62
	LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Hasil Uji Reliabilitas	42
Tabel 2. Pendidikan Penduduk Desa Gonilan	47
Tabel 3. Sarana Sosial Budaya Desa Gonilan	47
Tabel 4. Karakteristik Usia Responden Penelitian	48
Tabel 5. Karakteristik Pendidikan Responden Penelitian	48
Tabel 6. Karakteristik Pekerjaan Responden Penelitian	48
Tabel 7. Karakteristik Pendapatan Responden Penelitian	49
Tabel 8. Pengetahuan Ibu tentang Gizi Seimbang di Posyandu Gonilan, Kartasura	49
Tabel 9. Asupan Protein Anak Usia 2-5 Tahun di Posyandu Gonilan, Kartasura	50
Tabel 10. Asupan Lemak Anak Usia 2-5 Tahun di Posyandu Gonilan, Kartasura	50
Tabel 11. Asupan Karbohidrat Anak Usia 2-5 Tahun di Posyandu Gonilan, Kartasura	51
Tabel 12. Hubungan antara Pengetahuan Ibu tentang Gizi Seimbang dengan Asupan Protein pada Anak Usia 2-5 Tahun di Posyandu Gonilan, Kartasura	51
Tabel 13. Hubungan antara Pengetahuan Ibu tentang Gizi Seimbang dengan Asupan Lemak pada Anak Usia 2-5 Tahun di Posyandu Gonilan, Kartasura.....	52
Tabel 14. Hubungan antara Pengetahuan Ibu tentang Gizi Seimbang dengan Asupan Karbohidrat pada Anak Usia 2-5 Tahun di Posyandu Gonilan, Kartasura	53

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Lembar Persetujuan Responden
- Lampiran 2. Data Sosio Demografi Responden
- Lampiran 3. Kuesioner Pengetahuan Ibu tentang Gizi Seimbang
- Lampiran 4. Kuesioner *Food Recall* 24 Jam
- Lampiran 5. Data Hasil Penelitian
- Lampiran 6. Hasil Analisis SPSS
- Lampiran 7. Surat Ijin Penelitian
- Lampiran 8. Surat Keterangan telah melaksanakan penelitian
- Lampiran 9. Ethical Clearance

ABSTRAK

Hubungan Antara Pengetahuan Ibu tentang Gizi Seimbang dan Asupan Zat Gizi Makro pada Anak Usia 2-5 Tahun di Posyandu Gonilan Kartasura

Alfiana Kusuma Rahmawati, Mohammad Shoim Dasuki, Anika Candrasari

Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta

Latar Belakang : Perkembangan masalah gizi di Indonesia semakin kompleks baik persoalan kekurangan gizi maupun kelebihan gizi. Di Jawa Tengah dari 2.736.543 balita yang tercatat, ada 481.632 balita (17,6%) yang mengalami gizi buruk dan gizi sedang. Kekurangan asupan zat gizi makro rentan pada usia 2-5 tahun. Kurangnya pengetahuan orang tua, khususnya ibu merupakan salah satu penyebab terjadinya kekurangan gizi pada balita.

Tujuan Penelitian : Untuk mengetahui apakah ada hubungan antara pengetahuan ibu tentang gizi seimbang dengan protein, lemak dan karbohidrat pada anak usia 2-5 tahun di Posyandu Gonilan Kartasura.

Metode : Desain penelitian yang digunakan adalah metode analitik observasional dengan pendekatan *cross sectional*. Besar sampel berjumlah 39 anak usia 2-5 tahun dan 39 ibu balita yang memenuhi kriteria inklusi. Pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling* dengan wawancara menggunakan kuesioner *food recall* 24 jam serta kuesioner pengetahuan ibu.

Hasil : Berdasarkan hasil uji *Fisher Exact Test* didapatkan nilai p sebesar 0,044 pada pengetahuan ibu dengan asupan protein. *Chi-Square* didapatkan nilai p sebesar 0,006 pada pengetahuan ibu dengan asupan lemak dan p sebesar 0,010 pada pengetahuan ibu dengan asupan karbohidrat yang berarti ada hubungan antara pengetahuan ibu tentang gizi seimbang dengan protein, lemak dan karbohidrat pada anak usia 2-5 tahun di Posyandu Gonilan Kartasura.

Kesimpulan : Ada hubungan antara pengetahuan ibu tentang gizi seimbang dengan protein, lemak dan karbohidrat pada anak usia 2-5 tahun di Posyandu Gonilan Kartasura.

Kata Kunci : pengetahuan ibu, asupan zat gizi makro, anak usia 2-5 tahun

ABSTRACT

Relationship Between Mother's Knowledge about Balanced Nutrition and Macro Nutrient Substances Intake in Children Age 2-5 Years in Posyandu Gonilan Kartasura

Alfiana Kusuma Rahmawati, Mohammad Shoim Dasuki, Anika Candrasari

Faculty of Medicine, University of Muhammadiyah Surakarta

Background: The development of nutritional problems in Indonesia become more complex issues both malnutrition and excess nutrients. In Central Java, 2,736,543 toddlers, there are 481 632 children (17.6%) malnourished and moderate nutrient. Macro nutrient intake deficiency vulnerable at the age of 2-5 years. Lack of parent's knowledge, especially mothers is one of the malnutrition causes in children under five.

Objective: To analyze relationship between mother's knowledge about balanced nutrition with protein, fat and carbohydrates in children aged 2-5 years in Posyandu Gonilan Kartasura.

Methods: This study is observational analytic with a cross-sectional approach. The samples are 39 mothers with children aged 2-5 years with purposive sampling. Using a questionnaire 24-hour food recall and questionnaire mother's knowledge.

Results: Fisher Exact Test found an association between mother's knowledge about balanced nutrition with protein intake (p 0.044). Chi-Square test found an association between mother's knowledge about balanced nutrition with fat (p 0.006) and carbohydrates (p 0.010) in children aged 2-5 years in Posyandu Gonilan Kartasura. Good mother's knowledge likely to provide a good intake (protein 9.692 times, 6.533 times fats, carbohydrates 8,100 times) in children aged 2-5 years compared with mother with less knowledge.

Conclusions: There is a relationship between mother's knowledge about balanced nutrition with protein, fat and carbohydrates in children aged 2-5 years in Posyandu Gonilan Kartasura.

Keywords: mother's knowledge, macro nutrient intake, children aged 2-5 years